

Max Koch-Grünberg

Seeing like a Subject.

**Quantifizierende Methoden der
Selbstbeobachtung und die Künste der
Existenz.**

Q-Tutorium im Sommersemester 2016

Humboldt-Universität zu Berlin

Philosophische Fakultät I

Institut für Europäische Ethnologie

Abstract

Mit der gegenwärtigen Hochkonjunktur subjektiver Existenzprojekte, ist die Reflektion über die eigene Person zu einer der zentralen Kulturtechniken unserer Zeit geworden. Vorbedingung für die eigene Introspektion ist allerdings immer ein Wissen über nicht-mentale - in der Außenwelt liegende - Objekte. So ermöglicht erst der qualvolle Blick auf die Waage eine Reflektion über die eigene Figur und verweist damit zugleich auf die medientechnologische Dimension unseres Daseins: Unser Beobachtungs- und Schreibzeug arbeiten mit an unserem Selbstbild.

Das Durchsickern von Wissenschaft und Technik in immer mehr Lebensbereiche hat heute längst die Selbstbeobachtung erfasst. Durch eine Verwissenschaftlichung der Methoden und die Miniaturisierung von Sensoren und Aufschreibesystemen werden immer mehr Aspekte des eigenen Lebens potentiell erfassbar. Ob durch die Messungen von Gehirnströmen, der Dokumentation des eigenen Laufverhaltens oder dem Sichtbarmachen des körpereigenen Mikrobioms, sogenannte Praktiken des Self-Tracking versprechen heute ein rationaleres, akkurateres und objektiveres Selbstwissen zu produzieren und stehen damit in direkter Konkurrenz zu traditionellen "nicht Evidenz basierten" Selbstbeobachtungsprogrammen. Das auf diese Weise produzierte Selbstwissen drängt immer mehr ins Numerische und es entsteht in der Moderne neben der Bevölkerung eine zweite quantifizierte Entität: das Quantified Self. Im Rahmen des Q-Tutoriums haben wir die Wissensform des Self-Trackings und deren strategische Einbettung in heutige Subjektivierungsprozesse untersucht.

Es handelt sich beim Quantified Self nicht nur um eine reine Observationskultur, sondern mit ihr schwingt auch ein Steuerungsimperativ mit. Von der Sichtbarkeit der Daten geht eine gewisse autoritäre Handlungsaufforderung aus, die in Praktiken des habit designs oder des behaviour changes dazu genutzt werden, sich selbst entlang persönlicher Wunschstrukturen zu entwerfen. Letztlich geht es um die Untersuchung der Wünsche, Potentiale und Versprechen mit denen diese Wissensform verwoben ist, sowie deren Verschränkung in bestehende Machtbeziehungen.

1. Inhalt

2.1 Hintergrund des Tutoriums

Ausgangspunkt für das Q-Tutorium war meine eigene Forschung zum Quantified Self. Dabei handelt es sich zum einen um ein Wissensprogramm, aber zugleich um eine Community of Practice in der Anwendungswissen zum Self-Tracking vermittelt wird. Im Rahmen eines Studienprojekts zu Transparenz habe ich ein knappes Jahr in den Vereinigten Staaten verbracht und das Quantified Self untersucht. In der Zeit habe ich an mehreren sogenannten Meetups teilgenommen sowie zwei Quantified Self Konferenzen, bei denen ich diese Gemeinschaft und ihre Praktiken genauer kennengelernt habe. Überzeugt von der Relevanz dieses Themas hatte ich mich nach meiner Rückkehr dazu entschlossen ein Q-Tutorium zu diesem Thema anzubieten. Denn das Self-Tracking beschränkt sich nicht nur auf das Quantified Self, sondern ist heute längst zum Massenphänomen geworden. Aspekte des Alltags, wie das eigene Laufverhalten, Schlaf oder auch Museumsbesuche werden durch Apps gemessen und versprechen den Anwender*innen durch die Autorität dieser als objektiv wahrgenommenen Daten zu besseren Menschen zu werden.

2.2 Entwicklung der Fragestellung

Grundlage der wissenschaftlichen Arbeit war die Herausarbeitung einer Ontologie des Quantified Self. Im Q-Tutorium wollte ich also zunächst der Frage nachgehen, was das überhaupt für eine Praxis ist. Welche Eigenschaften charakterisieren diese Praktiken. Worin unterscheidet es sich von anderen Formen der Selbstbeobachtung und die Frage mit welcher Zweckmäßigkeit das Self-Tracking verbunden ist. Unsere Analyse widmete sich also zunächst der Herausarbeitung des dem Wissensprogramm zugrundeliegenden Korpus an Grundannahmen und Konzepten. Dabei war mir aber immer wichtig zu reflektieren, ob man überhaupt von dem Self-Tracking sprechen kann und welchen Mehrwert eine solche Definition überhaupt hat. Die darauf aufbauende Frage ist deshalb die Untersuchung des Kontexts in denen diese Praktiken heute auftauchen. In welchem Verhältnis steht das Quantified Self zum Kapitalismus? Würden die Menschen heute Self-Tracking betreiben, wenn sie nicht einer ökonomischen Selbstvermarktung im Sinne eines Unternehmertums des Selbst (vgl. Bröckling, 2007) unterworfen wären? Wieso machen Menschen das und wozu nutzen sie es?

2.3 Forschungsdesign

Um diese oben genannten Fragen empirisch zu beantworten, musste ein geeigneter Beobachtungsmodus für die Untersuchung des Feldes gefunden werden. Wie also die Selbstbeobachtung beobachten? Genauso wie die Selbstbeobachtung als solche, vollzieht sich die Praxis des Self-Tracking im Stillen. Das Bedienen des Smartphones ist ethnographisch nur schwer einsehbar. Zudem laufen die Messungen von Fitnessarmbändern, welche die Herzfrequenz, Ortsdaten und Schritte erfassen, meist als technologische Infrastruktur (vgl. Star, 1999) im Hintergrund ab. Wie also können solche Praktiken mit ethnographischen Methoden erforscht werden?

Neben einer eher theoriegeleiteten Annäherung an das Self-Tracking kam mir die Idee sich dem Phänomen in "auto-ethnographischen" (Ellis, 2004; Anderson, 2006; Maréchal, 2010; et al) Selbstversuchen auf einer praktischen Ebene zu nähern. Diese Methode halte ich für eine abwechslungsreiche Form sich einem Feld zu nähern. Anstelle von Interviews und Beobachtungen selbst die Praktiken im Vollzug erfahren. Die berechnete Frage besteht allerdings inwiefern das so produzierte Wissen geeignet ist, generalisiert zu werden. Welche Aussagekraft hat es? Um mit einer Analogie die Frage zuzuspitzen: Was können Forscher*innen über die Mythologie indigener Völker lernen, wenn sie sich mit zeremoniellen Federschmuck behängen und nach besten Wissen deren Rituale praktizieren?

Auch wenn der Grad der Fremdheit zwischen Forscher*in und Feld längst nicht so groß ist, wie bei der Performance von schamanistischen Ritualen, so sind beide nicht so sehr die Produktion von Kultur durch das Schreiben (vgl. writing culture), als eine performative Produktion von Kultur auf dessen Basis Schlüsse über das Seinswesen der eigentlichen Kultur gezogen werden.

Auch wenn ich der Autoethnographie kritisch gegenüberstehe, bringt sie gerade beim Self-Tracking ein spielerisches Element mit, das genutzt werden kann um sich einer Praxis anzunähern, indem sie am eigenen Leib spürt. In einer wunderbaren Ethnographie über das Boxen hat Loic Wacquant selbst angefangen zu boxen und ist über Jahre zu einem Teil des Boxclubs geworden. Dennoch, bei Wacquant war es ein Sprungbrett, das ihn in das Feld geführt hat. Bei uns wird es letztlich beim Wippen auf dem Brett bleiben, denn ein Semester ist zu kurz um in eine richtige Forschung einzutauchen. Ich halte auch das Ergebnis der Q-Tutorien für weniger wichtig als den Prozess. In erster Linie betrachte ich die

empirische Arbeit hier als eine Übung und weniger als die Basis von Aussagen. Zu einer Übung gehört es auch innovative Methoden auszuprobieren und diese im Seminar zu reflektieren. Präsentieren sollten die Studierenden die Ergebnisse in der Quantified Self Community verbreiteten Form des „Show and Tell“. Der Gründer der Quantified Self Bewegung Gary Wolf schlägt dabei vor die folgenden Fragen zu beantworten: „What did you do? How did you do it? What did you learn?“ Dabei ist weniger das Endprodukt als der Prozess eines spannenden Seminars entscheidend, bei dem empirische Eindrücke während des Semesters in die Diskussion eingebracht werden können, um so zwischen Theorie und Praxis oszillieren zu können. Ziel ist es also die Wirkung des Self-Trackings in Hinblick auf normative Strukturen am eigenen Körper erfahrbar zu machen.

2.4 Forschungsphase

Nach der zweiten Sitzung haben sich die Studierenden für eigene Trackingprojekte entschieden. Darunter waren zum einen die Beobachtung und Quantifizierung des Rauchverhaltens oder die Pünktlichkeit. Parallel dazu haben wir theoretische Texte aus den Science and Technology Studies gelesen, um zu versuchen das Self-Tracking theoretisch einzurahmen.

Darunter haben wir einen Text von Lorraine Daston über die Produktion von „baconian facts“ gelesen, in dem es um den Übergang von einer aristotelisch-deduktiven Form der Wissensproduktion geht hin zu einer empiristisch-induktiven Weise bei diskrete Beobachtungseinheiten die Grundlage für Fakten bilden. In einem weiteren Text ging es um Bruno Latour Idee von Immutable Mobiles. Damit verweist Latour auf die Bedeutung einer Reproduktion von Medien hin, bei dem der Inhalt unverändert bleibt. Während beim Übertragen von Folianten Schreiber nie wirklich fehlerfrei den Inhalt von Schriftwerken übertragen konnten, ermöglichte der Buchdruck gerade im wissenschaftlichen Bereich eine Mobilisierung von Daten, die heute im Digitalzeitalter ein neues Niveau erreicht hat. Ein weiterer Aspekt des Self-Trackings ist die Eminenz von Zahlen. Um uns ideengeschichtlich an diese Thematik heranzutasten, haben wir Auszüge aus Theodor Porters „Trust in Numbers“ gelesen. Zahlen gelten nicht nur gemeinhin als die objektivste Form der Repräsentation, sondern eignen sich durch ihre klar und deutliche Unterscheidbarkeit auch hervorragend zur Produktion Kategorien und Klassifikationssystemen.

Im Anschluss daran ging es um die Rolle der Technik in der Wahrnehmung von Welt bzw. des Selbst. Dazu hatte ich zwei Sitzungen vorgesehen. In der ersten haben wir mit Don Ihde eine phänomenologische Position gelesen, die der Technik eine mittelnde Rolle zuschreibt, aber dennoch auch immer die Wahrnehmung mit verändert. Wir hatten diese Sitzung zudem das Startup Neurofox zu Gast, die Ein-Gehirn-Computer-Interface zum Auslesen von Gehirnströmen entwickelt haben. Neben einem Vortrag konnten die Teilnehmer*innen das Gerät auch ausprobieren und wir haben gemeinsam die Visualisierung von Gehirnströmen besprochen. Doch diese Sitzung war etwas überladen. Textarbeit sowie Vortrag von Neurofox sowie praktische Spielereien waren zu viel für eine Sitzung wodurch alles etwas zu kurz gekommen ist. Die darauffolgende Sitzung haben wir alles aufgearbeitet und in Verbindung mit Bruno Latours (2006) Akteur-Netzwerk-Theorie gebracht bei der er Technik nicht nur eine mittelnde Rolle zuschreibt, sondern als Vermittler ihr auch eine eigene Agency zuspricht. Den STS Teil haben wir mit einem Text von Stefan Beck (2012) geschlossen. Darin verweist Beck darauf, dass es bei der Entzauberung durch die Technowissenschaften immer ein Rest von Magie zurückbleibt. Jede Wissensproduktion stellt auch die eigenen blinden Flecke mit her.

Geplant war es, dass zu diesem Zeitpunkt die ersten Studierenden ihre Ergebnisse als „Show & Tell“ präsentieren, aber die Gruppe bat mich ihnen noch mehr Zeit zu geben für ihre Selbstexperimente. Einige meinten zudem sie hätten noch nicht angefangen, worauf ich versucht habe, sie noch einmal dazu zu motivieren.

Meine Rolle Q-Tutor habe ich als ständigen Balanceakt erfahren. Zum einen ist man selbst noch Student und versucht eine hierarchieflache Arbeitsatmosphäre zu schaffen und zum anderen ist man mit Situationen konfrontiert bei denen man Autorität zeigen muss, um die Studierenden zu motivieren. Was tun, wenn die Teilnehmer*innen nach wiederholten Male des Bittens, Mahnens und Motivierens immer noch nicht das erfüllen, was vereinbart war. Das Problem bei dem Q-Format ist, dass wir mehr oder weniger von der intrinsischen Motivation der Studierenden abhängig sind. Zwar können wir diese durch ein spannendes Seminar auch steigern, aber manchmal braucht es einen externen Ansporn zur Motivation. Ermahnende oder zurendende Worte erweisen sich dabei in der Regel weniger effektiv als universitäre Pflichten. Gängige Praxis an den Universitäten ist es, Teilnahmebescheinigungen gegen Leistungen wie Referat oder Paper auszustellen. Wenn aber der Teilnahmebescheinigung keine Rolle spielt, kann er auch nicht als pädagogisches Druckmittel eingesetzt werden. Das Problem als Q-Tutorium ist, dass wir außerhalb der Institutseigenen Module stehen und es meist nur in einem Modul zum „Studium generale“ eingebracht werden kann. Diese Module sind aber aus meiner eigenen Erfahrung sehr schnell besetzt, da man aus dem gesamten Angebot der Berliner Universitäten wählen kann. Viele Studierende kommen also ins Seminar mit einem Eigeninteresse, was zunächst toll ist, weil die Leute Lust auf das Thema haben. Gleichzeitig ist die Arbeitsbereitschaft geringer, weil sie ihre Leistung als optional ansehen. Sie geben bereits mehr als von ihnen verlangt wird. Es ist auch von ihrer Seite vollkommen legitim ein Seminar nur halb zu machen. Aber in einem Forschungsseminar, das zeitintensiver als ein herkömmliches Seminar ist, führt so etwas leider zu einem Zerfasern, da die vorgedachten Strukturen und Praxis völlig auseinanderlaufen. Ich würde deshalb vorschlagen, zu versuchen die Q-Tutorien weiter in die Institutsmodule zu integrieren, in meinem Fall als Student der Europäischen Ethnologie das Q-Tutorium zum Beispiel zum Teil des „Moduls 4: Medialität, Kulturtransfer, Pop(ular)kultur“ zu machen. Dafür braucht es allerdings eine weitere Koordination mit den entsprechenden Instanzen.

Persönlich würde ich das dem Q-Programm zukünftig raten diesen Doppelstatus anzustreben: Deutlich machen, dass es sich bei den Q-Tutorien um ein Teil des Q-Programms handelt, aber sich gleichzeitig um eine tiefere Integration der Tutorien in das jeweilige Institut zu bemühen. In Ausnahmen ist das ja heute bereits Praxis, aber ich würde versuchen das zum Standard zu machen. Dementsprechend muss auch über Möglichkeiten von Prüfungsleistungen nachgedacht werden. Als Studenten sind wir ja nicht prüfungsberechtigt, aber es können dafür auch Richtlinien entwickelt werden, wie Q-Tutor*innen zusammen mit ihren Gutachter*innen prüfen könnten. Dafür braucht es aber ein Eingriff in die Prüfungsordnung der jeweiligen Institute, was ein hohes Maß an Überzeugungsarbeit des bologna.labs benötigt und einen Willen der Institute, den Status der Q-Tutorien anzuheben.

2.5 Zusammenfassung der Forschungsergebnisse

Trotz allem haben zwei Personen ihr Trackingexperiment vorgestellt, so dass wir am Ende bei den Sitzungen bei denen es um Subjekttheorie geht, auch einen praktischen Input hatten. Ein Beispiel war die die Selbstbeobachtung der eigenen Pünktlichkeit zu Bröcklings Text des Unternehmerischen Selbst, bei der wir die Frage besprochen haben wieso wir überhaupt pünktlich sein wollen und ob sich unser Bedürfnis nach eigener Pünktlichkeit auf eine kapitalistische Steigerungslogik reduzieren lässt. Nach

einem einmaligen Ausfall wegen dem Nicht-Erreichens der kritischen Zahl von drei Teilnehmer*innen haben wir uns die letzten Stunden mit einer positiveren Lesart des Quantified Self beschäftigt. Mit Vilém Flusser (1994) sind wir der Frage nachgegangen, wie mit dem Self-Tracking das Selbst zu einem Projekt gemacht werden kann. Nicht ein Projekt der Fremdbestimmung, sondern ein Projekt des eigenen Lebensglücks im Sinne von Foucaults „Technologien des Selbst“ (1993). In den letzten Sitzungen kreisten unsere Diskussionen um die Frage nach einer Ethik des Quantified Self.

2.6 Endprodukt

Da die einzelnen Selbstexperimente wie oben beschrieben verlaufen sind, hatte ich mir zum Abschluss eine Alternative überlegt, wie wir die Ergebnisse des Seminars einer Öffentlichkeit zugänglich machen könnten. Meine Idee war es eine gemeinsame Veranstaltung über eine Ethik des Quantified Self mit der QS Community zu organisieren. Die Organisation gestaltete sich jedoch schwieriger als erwartet, da das QS Meetup im Juli inhaltlich bereits besetzt war. Mit dem Organisator der Berliner Meetups verständigte ich mich auf September, doch da er mittlerweile in München wohnt, wird es leider erst Ende Oktober stattfinden, weshalb dieser Punkt etwas offenbleiben muss. Geplant ist eine grassroot-Ethikkommission die in von den Teilnehmer*Innen des Q-Tutoriums geleiteten Einzelgruppen Teilbereiche von ethischen Fragen diskutieren und die Ergebnisse im Anschluss im Plenum präsentieren. Leider konnte das Meetup bis zum Abgabetermin dieses Berichts nicht realisiert werden, aber ich freue mich schon auf das Event.

2. Literatur

- Anderson, L. (2006). Analytic Autoethnography. *Journal of Contemporary Ethnography*, 35(4), 373-395.
- Bröckling, U. (2007). Das unternehmerische Selbst: Soziologie einer Subjektivierungsform. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Daston, L. (1991). Baconian Facts: Academic Civility, and the Prehistory of Objectivity. *Annals of Scholarship*, 8 (Rethinking Objectivity I), 337-365.
- Ellis, Carolyn. (2004). The Ethnographic I: A methodological novel about autoethnography. Walnut Creek: AltaMira Press
- Flusser, V. (1994). *Vom Subjekt zum Projekt: Menschwerdung*. Bensheim und Düsseldorf: Bollmann.
- Foucault, M. (1993). Technologien des Selbst. In L. H. Martin, H. Gutman, & P. H. Hutton (Eds.), *Technologien des Selbst*. Frankfurt am Main: S. Fischer, 24-63
- Ihde, D. (1990). *Technology and the Lifeworld*. Bloomington and Indianapolis: Indiana University Press, 72-97
- Latour, B. (2006). Über technische Vermittlung: Philosophie, Soziologie und Genealogie. In A. Belliger & D. J. Krieger (Eds.), *ANThology. Ein einführendes Handbuch zur Akteur-Netzwerk-Theorie*. Bielefeld: transcript Verlag, 483-510.
- Maréchal, G. (2010). Autoethnography. In A. J. Mills, G. Durepos & E. Wiebe (Eds.), *Encyclopedia of case study research* (Vol. 2, pp. 43–45). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Porter, T. M. (1995). Trust in Numbers: The Pursuit of Objectivity in Science and Public Life. Princeton: Princeton University Press, 3-49